

Проект 401



Божье выражение любви

Автор Дэвид Бетти

Издание четвертое


ИЗНХ
Индивидуальные занятия для
новообращенных христиан

Божье выражение любви

Автор Дэвид Р. Бетти

Издание четвертое

Места Писания, использованные в данном занятии, процитированы из следующих изданий Библии:

Синодальный перевод

«Радостная весть, современный перевод НЗ на русский язык», © Российское Библейское общество, 2001 г.

«Современный перевод НЗ», © International Bible Society, 1991

Все права защищены © 1997, 1978, Дэвид Р. Бетти

Оригинальный материал издан на английском языке и называется *Project 401: God's Expression of Love, 2nd edition*.

Материалы данного курса разрешены к копированию и распространению для использования в центрах Тин Челлендж, подобных центрах реабилитации, поместных церквях, школах и других организациях. Данные материалы также доступны для скачивания в сети Интернет на сайте: www.iTeenChallenge.org При этом данные материалы не могут быть использованы для продажи, а могут распространяться только бесплатно. Желающие издавать или продавать данные материалы должны предварительно получить письменное разрешение офиса Глобал Тин Челлендж или Тин Челлендж, США.

Материал данного проекта – часть курса **Индивидуальные занятия для новообращенных христиан**, разработанного для работы с новообращенными христианами и другими людьми, заинтересованными в духовном росте. Данные материалы в настоящий момент используются церквями, школами, тюремными служениями, центрами Тин Челлендж и другими подобными служениями, работающими с новообращенными христианами. Курс **Индивидуальные занятия для новообращенных христиан** разработан для применения в индивидуальной образовательной программе. Для тех, кто заинтересован в получении сертификата, дающего право использовать и преподавать материалы **Индивидуальные занятия для новообращенных христиан**, имеется обучающий курс.

Для получения дополнительной информации обращайтесь:

Российская Ассоциация Организаций
Социальной Реабилитации "Вызов"
Кемеровская область, 654007
Новокузнецк, ул.Орджоникидзе 35, корпус 2
Россия
challengerussia@mail.ru

Global Teen Challenge
PO Box 511
Columbus, GA, 31902 USA
Email: gtc@globaltc.org
Web: www.globaltc.org
www.iTeenChallenge.org

David Batty
Email: DBattyTC@gmail.com



Введение

Многим христианам, и особенно новообращенным христианам, бывает сложно понять Божьи способы делиться любовью и принимать любовь. В наши дни многие люди имеют негативный опыт воздействия греховных разновидностей любви – порнографии, сексуальных домогательств, изнасилований и раннего опыта половой жизни.

Подобный опыт для многих имеет болезненные последствия, разрушенные отношения, утраченное доверие и отсутствие надежды.

Для некоторых «безопасной» альтернативой стала мастурбация. Есть люди, которые начинают экспериментировать с мастурбацией в юном возрасте, а во взрослом она становится частью образа их жизни.

- Является ли мастурбация грехом?
- Или это всего лишь безобидная разновидность сексуальной активности?
- Угодно ли Богу подобное проявление любви?
- Или же мастурбация мешает человеку пережить реальную Божью любовь?

Основная задача данного курса на тему мастурбации – предложить помощь тем, кто стремится преодолеть эту проблему в своей повседневной жизни. Мы надеемся, нам удастся предоставить четкие инструкции, которыми ты сможешь пользоваться ежедневно.

Основной вопрос – мастурбация это хорошо или плохо? Некоторые будут утверждать, что это грех, другие не согласятся с такой позицией.

Очевидно то, что многие из людей, прибегающих к мастурбации, чувствуют дискомфорт относительно такой индивидуальной сексуальной активности. Для некоторых это стало навязчивой привычкой, и они желают избавиться от нее. Другие просто желают лучше понимать, как Бог относится к этой активности.

В рамках данного курса мы хотим подробно поговорить о том, как преодолеть склонность к мастурбации и извлечь свой образ жизни от этой сексуальной активности. Прежде всего, поговорим о том, почему люди прибегают к мастурбации – какие потребности в их жизнях она восполняет. Затем поговорим о способах восполнить эти потребности угодными Богу способами.

Иисус сказал: «Если хотите быть моими учениками, следуйте за Мной». Этот призыв к ученичеству заставляет нас глубже задуматься о своем поведении, и не только в воскресное утро в церкви. Что значит быть учеником Христа, если речь идет о сфере нашей сексуальной активности?

В материале нашего курса мы поговорим об этой теме с точки зрения того, как мы можем стать более достойными учениками Иисуса Христа.

Говоря о проблеме мастурбации, мы будем рассматривать ее как искушение. Таким образом, большую часть материалов об искушении также можно использовать при рассмотрении этой проблемы. Люди, стремящиеся преодолеть зависимость от мастурбации, могут смело воспринимать ее как привычку, склонность или контролируемую жизнь проблемы, которую они желали бы устранить.

Часть 1: Почему я мастурбирую?

Ключевая библейская истина:

Выявление потребности и желаний, которые восполняет мастурбация в моей жизни – первый шаг к преодолению проблемы мастурбации.

Ключевое место Писания: 1 Петра 3:15 (Радостная Весть)

Но Господа Христа чтите свято в сердцах своих. Будьте всегда готовы дать ответ любому, кто спросит вас, на чем основана та надежда, что живет в вас.

Личное понимание

Подумай несколько минут о своем прошлом опыте. Затем ответь на вопросы ниже. Если вопрос не относится к тебе, просто пропусти его и переходи к следующему.

1. Ты когда-нибудь мастурбировал?

_____ Да

_____ Нет (переходи к вопросу №6)

2. Мастурбация до сих пор присутствует в твоём поведении?

_____ Да

_____ Нет (переходи к вопросу №4)

3. Как часто ты мастурбируешь?

_____ Более одного раза каждый день

_____ Ежедневно

_____ Чаше одного раза в неделю

_____ Реже одного раза в неделю

_____ Реже одного раза в месяц

4. Сколько тебе было лет, когда ты первый раз мастурбировал? _____

5. Как бы ты охарактеризовал свое отношение к теме «Научиться, как перестать мастурбировать?»

_____ Крайне интересно

_____ Интересно

_____ Не интересно

Поясни свой выбор _____

6. Ты когда-нибудь разговаривал со своими родителями о мастурбации?

Мать да _____ нет _____

Отец да _____ нет _____

Поясни свой ответ _____

«Мне необходима мастурбация», говорит Иван, «только так я могу избавиться от стресса, расслабиться. Мне хорошо, когда я это делаю. Я не женат, а иметь сексуальную связь с женщиной без брака я считаю неправильным».

Ну так что насчет этой потребности? Как Бог ко всему этому относится? Если Он создал меня со всеми этими потребностями, значит все нормально? Или нет?

Бог вложил в каждого человека множество потребностей, которые должны восполняться, если жизнь полноценная и удовлетворительная. Мы составили список, в котором сгруппировали все потребности, возникающие у людей.

1. **Физические потребности**—пища, воздух, сон, одежда, тепло.
2. **Потребность в безопасности, защищенности** (любовь и потребность быть нужным)—принадлежность к группе, соблюдение ряда правил, уверенность в том, что тебя не подведут, принимать любовь, делиться любовью.
3. **Социальные потребности**—общение, друзья обоих полов.
4. **Нужды, связанные с самоуважением**—приятие со стороны других людей, уважение, потребность получать внимание и уделять внимание кому-то.
5. **Потребность в достижениях**—делать что-то значимое, добиваться прогресса, использовать свои навыки.
6. **Духовные потребности**—личное знакомство с Богом, прощение грехов, знание о том, как быть успешным христианином, исполнение воли Бога, переживание Божьей любви, личные отношения с Богом.

Бог создал нас со всеми этими потребностями. Ничего греховного в них нет. Мы можем быть уверены, что если Бог вложил в нас эти потребности, значит должен быть способ удовлетворить их, не согрешая.

Однако сатана будет пытаться ввести нас в грех, когда мы пытаемся удовлетворять свои потребности. Он будет искушать нас согрешить.

Мастурбация имеет отношение не только к нашей потребности в сексуальном выражении или близости. Эта сексуальная активность может начаться в детстве, в ходе экспериментов с сексом. Она может стать активностью, причиной которой становится не столько «потребность», сколько стремление в получении удовольствия. Она становится просто приятным занятием.

Желание получать удовольствие таким способом может стать двигателем поступков, и со временем человек начинает верить, что у него есть **потребность** мастурбировать. Мастурбация может стать силой, контролирующей человека.

Вот определение искушения:

Искушение: Сатана пытается заставить меня нарушить законы Бога, чтобы восполнить потребность (или желание) в моей жизни.

Какую потребность в моей жизни восполняет мастурбация?

На этот вопрос ты сам должен себе ответить. Ниже мы привели ряд распространенных причин, почему люди мастурбируют.

- 1. Физическая потребность**—высвобождение семенной жидкости (спермы и физиологической жидкости) из яичек (мужских половых желез).

Мужские половые железы – яички – постоянно производят сперму. Эту сперму нужно высвобождать. Мастурбация – один из способов избавиться от спермы.

- 2. Физиологическая потребность**—половой инстинкт

Половой инстинкт у людей – это не просто физически обоснованная потребность в высвобождении семени. Это физиологическая потребность получить сексуальное удовлетворение. В половом инстинкте задействован разум, эмоции и желание. Мастурбация – способ временно удовлетворить свой половой инстинкт.

- 3. Потребность в любви**

Все мы сотворены с желанием получать и отдавать любовь. Часто молодые люди не имеют возможности получить тот объем любви, который им необходим. Дружеские отношения не достаточно глубоки, чтобы внутри них делиться тем количеством любви, которое хочется отдать. Поэтому самым доступным способом удовлетворить потребность отдать и получить любовь становится выдумать ее. Подобные фантазии провоцируют возникновение полового инстинкта, который ведет к мастурбации.

Подобное стремление к сексуальной близости может быть рискованным. Если ты стремишься к отношениям с человеком противоположного пола, он/а может тебя отвергнуть. Появляется смущение вследствие этого отказа, при этом твоя потребность в любви по-прежнему не удовлетворена.

У некоторых людей боязнь неудачи настолько велика, что они не ищут дружбы, и выбирают путь наименьшего сопротивления. Порнография является одним из подобных путей. Человек испытывает сексуальное возбуждение, не боясь быть отверженным другим человеком.

Мастурбация также может быть тем простым путем для людей, ищущих любви. Однако трагедия, связанная с обоими этими путями, состоит в том, что они не ведут к истинной любви. Это пути к фальшивой близости. Моментальное удовольствие от мастурбации не удовлетворяет потребности в истинной любви.

4. Потребность расслабиться и снять напряжение

Мастурбация часто обеспечивает снятие напряжения, особенно, если напряжение связано с необходимостью удовлетворения полового инстинкта. Однако зачастую к мастурбации прибегают, чтобы снять напряжение, спровоцированное стрессовыми ситуациями другого рода – с теми, с которыми мы сталкиваемся в повседневной жизни.

Стресс может возникнуть в течение дня в ситуациях, не имеющих отношения к сексу. Однако, чтобы избавиться от напряжения, человек прибегает к мастурбации.

5. Потребность в достижениях

Многие молодые люди чувствуют себя несовершенными или неполноценными. Им кажется, что их никто не любит. Один из способов доказать самому себе, что он/а не полный неудачник – мастурбация. Таким образом он/а доказывает себе собственную сексуальную состоятельность. Он/а может рассматривать это как достижение – «Мне хоть что-то удастся».

6. Желание получить удовольствие

«Я просто хочу получить удовольствие!» - все, что нужно некоторым, чтобы оправдать мастурбацию. Никто больше в процессе не участвует. Никому от этого нет зла. Ничего в этом страшного нет. К тому же, это возможность делать что-то «взрослое» - это тоже может стать мотивацией для этого занятия.

Бог создал нас с половыми инстинктами. Это здоровая, нормальная часть процесса роста и взросления каждого человека. Однако возникает вопрос: «Задумана ли мастурбация Богом, чтобы ты испытывал сексуальное удовлетворение на данном этапе твоей жизни?» Или она ведет тебя по дорожке, на которой возникает еще больше проблем, и тебе сложнее становится переживать Божью любовь в твоей жизни?

Конечно, мастурбация может восполнять и многие другие потребности в твоей повседневной жизни. Важно, осознаешь ли ты причины, почему мастурбируешь? Какие потребности она восполняет в твоей жизни? Выявление этих причин – первый шаг на пути решения проблемы с мастурбацией в твоей жизни.

Личное понимание

Поразмышляй над своим опытом в прошлом. Затем ответь на вопросы ниже. Если вопрос не имеет отношения к тебе, просто пропусти его и переходи к следующему.

7. Прочитай этот список и отметь пункты, которые относятся к тебе.

____ Я редко думаю о мастурбации.

____ Мысли о мастурбации легко приходят мне на ум перед сном.

____ Я много думаю о мастурбации в течение дня.

____ Когда я вижу сексуально привлекательного человека или фотографию, мне легко начать думать о мастурбации.

____ Когда у меня выдается трудный день, я успокаиваю себя мыслями о том, что позже расслаблюсь, прибегнув к мастурбации.

____ Мне трудно выстраивать отношения с людьми противоположного пола.

____ Я боюсь быть отвергнутым другими людьми.

8. Какие потребности или желания мастурбация восполняет в твоей жизни?

Или, каким образом мастурбация помогает тебе?

9. О чем обычно ты думаешь ПЕРЕД тем, как начать мастурбировать?

10. О чем ты обычно думаешь ВО ВРЕМЯ мастурбации?

11. О чем ты обычно думаешь сразу ПОСЛЕ мастурбации? _____



СТОП: Обсуди то, что ты только что прочитал, со своим преподавателем, и попроси его/ее поставить здесь подпись, прежде чем продолжишь работать над материалом проекта.

Подпись преподавателя _____

Часть 2: В каких случаях мастурбация – грех?

Мастурбация вообще грех? Или иногда грех? Или всегда грех?

Вопросы сложные, но в этом курсе мы не будем вступать в теологические споры. Этот курс – практический, и он составлен, чтобы помочь тебе стать более сильным христианином, тем, кто способен постоянно применять библейские принципы христианского ученичества.

В Библии разъясняется, когда поступок может стать грехом. Читая предложенные места Писания, обрати внимание, как точно они описывают события твоей жизни.

1. Когда он владеет мной.

Мастурбация – грех, если я не могу заставить себя не делать этого. Это грех, если она – единственный способ, как я могу расслабиться или восполнить свои потребности. Она – грех, если снова и снова повторяется, и становится привычкой, от которой я не могу избавиться.

Римлянам 12:21 (Синодальный перевод)
Не будь побежден злом, но побеждай зло добром.

1 Коринфянам 6:12 (Синодальный перевод)
Все мне позволительно, но не все полезно; все мне позволительно, но ничто не должно обладать мною.

1 Коринфянам 6:12 (Радостная весть)
**Вы говорите: «Мне все позволено!» Но не все мне на пользу!
«Мне все позволено!» Но ничто не должно завладеть мной!**

Каким образом эти стихи из Библии описывают твою ситуацию?

3. Когда после совершения поступка возникает чувство вины.

Человек, испытывающий чувство вины после мастурбации, нарушает принцип, изложенный в Римлянам 14:23. Часто это чувство вины на самом деле – результат действия Святого Духа, обличающего человека.

Римлянам 14:23 (Радостная весть)

А если он сомневается, можно ли ему что-то есть, но все же ест, он уже осужден, потому что поступает не по вере. А все, что делается не по вере, есть грех.

Каким образом этот стих из Библии относится к твоей ситуации?

4. Когда я считаю это грехом.

Здесь имеются в виду твои личные верования и убеждения. Если ты считаешь, что для тебя мастурбация – грех, и можешь подкрепить свои убеждения разумной причиной, значит, тебе нужно следовать своим убеждениям, и другие люди должны их уважать.

Римлянам 14:14 (Радостная весть)

Я знаю, я твердо уверен благодаря единению с Господом Иисусом, что нет ничего, что было бы само по себе нечисто. Только то, что человек считает нечистым, становится для него нечистым.

Каким образом этот стих из Библии относится к твоей ситуации?

Основная задача рассмотрения всех этих мест Писания – не в том, чтобы тебя захлестнуло чувство вины. А в том, чтобы ты честно посмотрел, что Бог говорит о следовании за Ним. Ты должен быть готов принимать трудные решения, если хочешь испытать всю полноту Его любви.

Суть не в том, чтобы ответить на вопрос «является ли мастурбация грехом?». Самое важное – понять, желает ли Бог, чтобы я прибегал к этой сексуальной активности, чтобы испытывать любовь и удовлетворение в моей жизни сегодня?

Как я могу испытывать любовь и удовлетворение в жизни сегодня? Многих людей мастурбация приводила к ощущению неудовлетворенных желаний, поддельной близости, а в некоторых случаях – неконтролируемому поведению.



СТОП: Обсуди то, что ты только что прочитал, со своим преподавателем, и попроси его/ее поставить здесь подпись, прежде чем продолжишь работать над материалом проекта.

Подпись преподавателя _____

Часть 3:

Как мне справиться с зависимостью от мастурбации?

Ключевая библейская истина: Лучший способ справиться с зависимостью от мастурбации – сотрудничать с Богом, и научиться восполнять мои нужды угодными Ему способами.

Как мне восполнять потребности и желания, возникающие ежедневно, не прибегая к мастурбации? Бог приготовил для тебя предназначение, и задумал все так, чтобы ты пережил Его любовь во всей ее богатстве и полноте. Он создал тебя с половыми инстинктами и желаниями. И Он сделал это не для того, чтобы расстраивать тебя.

Библия полна исполненными надежды обетованиями, из которых ясно, что Бог желает тебе самого лучшего.

Иеремии 29:11-13 (Синодальный перевод)

«Ибо только Я знаю намерения, какие имею о вас, говорит Господь, намерения во благо, а не на зло, чтобы дать вам будущность и надежду. ¹² И воззовете ко Мне, и пойдете и помолитесь Мне, и Я услышу вас; ¹³ и взыщете Меня и найдете, если взыщете Меня всем сердцем вашим».

2 Коринфянам 9:8 (Радостная весть)

Он в силах одарить вас всякими дарами в избытке, и тогда у вас всегда и всюду будет все необходимое и еще с избытком хватит на любое доброе дело.

Филиппийцам 4:19 (Радостная весть)

И мой Бог, по Своему богатству, щедро восполнит все ваши нужды через Христа Иисуса.

В попытках найти значимое решение проблемы мастурбации следует быть осторожными и не искать некое чудесное решения. Таких решений нет. Однако Бог может нас наставить, чтобы мы нашли действенное решение этой проблемы.

Вот несколько идей, которые могут помочь тебе справиться с проблемой мастурбации в твоей жизни.

1. Прими твердое решение искать сексуального удовлетворения только удобными Богу способами.

Мастурбация, как правило, «мой способ» снятия сексуального напряжения. Мастурбация – достаточно эгоистичная «игра». Это является нарушением закона Библии, который гласит, что мы должны все делать с любовью. В 1 Коринфянам 13:4-5 говорится, что любовь не ищет своего (не эгоистична).

В 1 Коринфянам 7:3-4 четко сказано, что наши способности, связанные с сексом, были сотворены на пользу нашего законного супруга (мужа или жены). Мастурбация не дает возможности использовать наши сексуальные возможности подобным образом.

Мой ответ _____

2. Воспитать у себя библейское отношение к сексу.

Твое отношение к вопросам секса значительным образом влияет на твоё сексуальное поведение. Поскольку ты являешься христианином, ты обязан думать как Христос. Библия не приводит конкретных фактов или высказываний, из которых было бы ясно, как Христос относился к мастурбации, однако там очень четко выражено Его отношение к сексу в целом, к грехам, связанным с сексом, и супружескими отношениями. См. Матфея 5:27-28.

Воспитывая у себя новое отношение к сексу, важно помнить стихи из Библии с учениями о сексе в твоей повседневной жизни.

Мой ответ _____

3. Научись справляться с искушением похотью.

Позволь Богу помочь тебе в этой сфере твоей повседневной жизни. Дополнительную информацию о том, как справиться с искушением, ты найдешь в курсе **Групповых занятий для новообращенных христиан**, курс называется **Искушение**.

Мой ответ _____

4. Работай над воспитанием у себя такого положительного внутреннего качества как самообладание.

Во 2 Тимофею 1:7 (Совр. перевод) Бог обещает дать нам дух силы, любви и самообладания. В другом переводе Библии (Радостной вести) мы читаем, что третьим из обещанных даров будет «здравомыслие». В действительности, это и есть суть самообладания. Его суть не в том, чтобы стиснув зубы в гневе терпеть, потому что нельзя делать чего-то. Самообладание в стиле Иисуса Христа – это выбор воздерживаться от определенных занятий (поступков) в настоящем, понимая, что сейчас не подходящее для этих поступков время.

В первом послании к Коринфянам 7:8 говорится, что самообладание – альтернатива незамужним и неженатым, если они решают не вступать в брак в настоящее время. Секс вне брака – не вариант для тех, кто желает следовать за Христом всей своей душой.

Если с сексуальной близостью следует подождать до брака, значит, следует воздерживаться и от секса с самим собой – мастурбации. Самообладание в области сексуального выражения должен быть следствием любви к Богу, которой исполнено сердце, а не навязанного законом правила «тебе нельзя!»

Самообладание – это умение делать то, что ты должен, нравится тебе это или нет.

Мой ответ _____

5. Держись подальше от порнографии

У порнографических материалов есть очень действенное свойство вызывать у человека сексуальные фантазии. Прими твердое решение держаться подальше от порнографических книг, фильмов, и дискуссий на тему сексуального опыта с другими людьми.

Мой ответ _____

6. Ищи способы восполнять свои потребности угодно Богу.

Ищи и практически применяй способы удовлетворять потребности, которые сейчас ты удовлетворяешь мастурбацией, угодно Богу. Некоторым людям помогла стратегия отчетности перед другим христианином, более духовно зрелым, чем они сами.

Мой ответ _____

7. На время, когда тебе легко поддаться искушению мастурбации, спланируй какие-нибудь важные занятия.

- а. Если желание мастурбировать возникает у тебя вечером перед сном, проводи это время за чтением Библии, молитвой и размышлениями над Божьим Словом. Затем сделай интенсивную зарядку с хорошей физической нагрузкой, чтобы устать и быстро уснуть.
- б. Если это происходит утром, когда ты просыпаешься – поставь будильник подальше от кровати, чтобы выключить его можно было, только встав из постели. Сразу застели постель и приступай к делам. Опять же, изучение Библии, молитва и размышление над Божьим Словом будут здесь уместны и полезны.
- в. Если это случается после разговоров на тему секса, не участвуй (удаляйся) в этих разговорах. Размышляй над стихами Библии, в которых говорится об угодных Богу способах удовлетворять сексуальные потребности.
- г. Выучи наизусть места Писания, где излагается Божий взгляд на секс, и другие твои потребности. Также будет полезно выучить наизусть стихи, где говорится о преодолении искушений, такие как 1 Коринфянам 10:13. Повторяй эти стихи про себя в течение дня, а не только тогда, когда искушение усиливается.

Мой ответ _____

8. Научись положительно воспринимать ночные поллюции (ночные семяизвержения).

Ночные поллюции у мужчин следует рассматривать как один из угодных Богу способов высвобождения семени из организма. Негативное отношение к ночным поллюциям может привести к подсознательному запрету твоему организму применять такой способ избавления от семени во время сна.

Не проси Бога лишить тебя половых инстинктов. Они – часть Его творения, о котором Он сказал «хорошо». Нам просто нужно научиться воспринимать Его творение как «хорошо».

Мой ответ (только для мужчин) _____

9. Вливайся в здоровую общественную жизнь совместно с другими христианами.

Люди, которым не удастся создать здоровые дружеские отношения, уязвимы для сексуальных искушений. Проси Бога помочь тебе выбрать друзей, которые будут поддерживать тебя и приближать тебя к Богу. Цени друзей и относись к ним так, как ты хочешь чтобы Иисус Христос относился к тебе.

Мой ответ _____

10. Не бейся головой об стену, если ты снова мастурбировал.

Для некоторых людей эта проблема – настоящее поле сражения. Если ты дашь обещание себе или Богу «никогда больше не мастурбировать», неудача наверняка случится.

Обещания, которые ты не можешь выполнить, не помогут твоему росту. Зачастую для изменений нужно время. С большинством привычек не удастся справиться за одну ночь. Возможно, это целая гора проблем в твоей жизни. И покорить эту гору можно, делая шаг за шагом.

Если ты сосредоточишься на том, что ты НЕ будешь делать, ты станешь легкой мишенью для неудачи. Сосредоточь свое внимание на Иисусе Христе и любви к Нему. Направь свою энергию на то, что Он желает, чтобы ты делал.

Когда ты ловишь себя на том, что твой разум заполнен мыслями о сексе, поблагодари Бога, что создал тебя сексуально полноценным человеком. А затем дай себе обещание выражать свою сексуальность способами, угодными Богу.

Если вновь оступишься, не грызи себя чувством вины. Посмотри на Христа. Он прощает, и дает новые силы для роста и движения вперед. Это сатана хочет, чтобы ты утонул в чувстве вины. Он хочет, чтобы ты занимался самоистязанием. Он хочет, чтобы ты поверил, что ты полный неудачник.

А Бог любит тебя, даже когда ты оступаешь. Он может помочь тебе набраться сил и жить полноценной жизнью, в которой самообладание дается легко и весело. Бог желает, чтобы ты переживал Его любовь во всей полноте. Он желает, чтобы ты научился выражать свою любовь по отношению к окружающим так, чтобы твоя жизнь становилась от этого полнее и богаче.

Мой ответ _____

Бог любит тебя, и желает, чтобы ты переживал Его любовь как можно глубже и искреннее. Близкие личные отношения с Иисусом Христом обогатят и наполнят твою жизнь несравненно больше, чем это может сделать мастурбация.

Бог задумал твою жизнь так, чтобы ты имел полноценную сексуальную жизнь. Может быть, в настоящее время тебе не понятно, как это возможно. Но если ты пожелаешь следовать за Ним – и быть Его учеником – Он направит тебя и поможет тебе духовно возрасти.

Строить отношения с людьми – дело рискованное и иногда болезненное. Бог поможет тебе измениться и стать человеком, который будет хорошим другом для других. Он также может привести хороших друзей в твою жизнь. Однако для этого тебе нужно принять решение, что Иисус Христос будет в твоей жизни на первом месте, и ты будешь стремиться удовлетворять свои потребности только угодными Богу способами.



СТОП: Теперь, когда ты завершил работу над проектом, попроси своего преподавателя поставить здесь подпись.

Подпись преподавателя _____

* * * * * Для дополнительного чтения * * * * *

Две книги Вальтера и Ингрид Тробиш, «Мое прекрасное чувство» (My beautiful feeling), книга конкретно о проблеме мастурбации, и «Жизнь с неудовлетворенным желанием» (Living with unfulfilled desires), книга о мастурбации и других темах, связанных с сексом. Обе книги сейчас вышли в издании «Полное собрание сочинений Вальтера Тробиша» (The Complete Works of Walter Trobisch).

«Сексуальный отшельник» (Sexual Solitaire) – памфлет, опубликованный Wayout, Box 2829, Hollywood, CA 90028. Это превосходная статья на тему мастурбации с массой хороших практических идей по поводу этой проблемы.